'2014 경희사이버대학교 학술제

스마트폰 이용 현황 및 스마트폰 중독 실태 조사

Smartphone usage and smartphone addiction survey

지도교수 이 주 민

경희사이버대학교 e-비즈니스학과

UB CLUB - 그린나래 팀



박종성,조철희,김준영,김혜빈,고은미

목 차

국문요약

본 연구는 스마트폰 대중화 확산되어 있는 시점에서 스마트폰 중독에 영향을 미치는 문제점을 분야를 KISA 한국인터넷진흥원 13년 조사 데이터와 14년 스마트폰 사용자들 설문을 토대로 현 스마트폰 이용의 문제점과 의존도 등을 확인 하여 내용을 분석을 해보고 중독을 벗어나기 위한 방법과 일반 사용자들이 중독 현상까지 가기전 습관적 주의사항을 확인해보고 연구 결과를 가지고 스마트폰 중독 시 나중에 우리에게 끼치는 영향및 사전 주의를 가져야 하는 부분을 연구 결과를 가지고 건강하게 사용하는 스마트폰 방법을 찾아 볼수 있도록 본 연구 결과로 시사하고 있다.

키워드 : 스마트폰,중독,SNS,메신저,스마트폰이용.

Ⅰ. 서 론

2014년 전세계의 미디어 기술부분은 스마트폰에 집중 되고 있다으며 디지털 미디어 기술의 발달은 우리 생활을 너무나도 편하게 만들어 주고 있다. 우리 사회뿐만 아니라 일상생활에도 커다란 변화를 가져온 부분은 모든 사람들이 느끼고 있다. 특히 스마트폰의 빠른 발전이 국내 기업에서도 많이 나타나면서 국내 스마트폰 보급률은 미국의 시장조사기관인 [1]스트래티지 애널리스틱스(SA)에 따르면,지난해(2012년)한국의 스마트폰 보급률이 67.6%로 세계에서 가장 높은 것으로 나타났습니다.

한국의 스마트폰 보급률은 세계 평균인 14.8% 보다 4.6배 높은 수치인데, 한국에 이어 노르웨이(55%),일본(39.9%),미국(39.8%)이 뒤를 이었습니다.

한국의 스마트폰이 본격적으로 자리 잡은 것은 지난 2009년으로 올라 갑니다. 그 이전에 PDA폰을 주[2]로 한 스마트폰이 보급되었으나 당시에는 특수 업무용으로 많이 사용 하였부분이였다. 교통 경찰이나 많은 고객 관리 하는 영업사원들이 많이 사용 한 부분이였으며 특정 매니아 층들만 소규모 모임을 가지면서 사용을 하고 있었다.

진정한 스마트폰의 확산은 2009년 12월 아이폰 3GS의 상륙으로 촉발됩니다.

2007년 3월 국내 최초의 3G 전국망 서비스를 시작한 KT.3G 서비스에 승부를 걸었던 부분이었으나 그것만으로는 부족했습니다.무선데이터의 강점이라는 3G 서비스에서 정작 무선데이터는 재대로 활용하는 부족함이 있었습니다.무선데이터 요금도 문제였습니다.경쟁사들간의 경쟁으로 가격은 내리고 LTE 까지 전국망 무한데이터 통신 요금제등이 계속 나와서 국내소비자들의 지갑을 열고 스마트폰을 구입하게 만들었으며 와이파이 망까지 국내 통신사들의 노력으로 구축이다보니 대한민국은 스마트폰을 들고 어느 장소 에서나 친구와 이야기를 할수있는 메시지도 사용을 하고 온라인 게임도 이제는 스마트폰에서 사용하며 [3]SNS를 통하여 지식 공유 및 관심사를 나누고 주변사람들의 생활도 엿볼수 있다.

이만큼의 빠른 발전은 일반사용자들까지도 스마트폰 중독에 이르기까지 증상이 나타나를 사용자도 늘고 있는데 추세이다.

스마트폰은 일반 사용하던 휴대전화와는 달리 가장중요한 전화나 문자 뿐만 아니라 여러 가지 디지털 기기들의 기능이 결합 및 제품내 기능 구현이 되어 번거롭게 여러 기기를 사용하지않고 스마트폰 하나로 편하세 사용하게 되었다.

기능으로는 카메라,MP3,네비게이션,만보기,DMB,라디오,게임기,이메일,학습,금융,쇼핑등 시간과 장소를 제한받지 않고 편리하게 사용할수 있다.

특히 최근에는 SNS(Social Network Service)를 스마트폰 이용자의 절반 이상이 중독성을 보일정도로 무서운 증가 주세를 보이고 있다.

스마트폰이 커뮤니케이션 도구로 적극 활용됨에 따라 최근 가장주목받고 있는 서비스는 우리가 흔히 알고 있는 페이스북,트위터,미투데이,국내에는 카카오스토리가 있다.

우리나라 뿐만 아니라 전세계적으로 스마트폰이 중요하게 사용되고 있다. 하지만 여기에는 역기능도 함께 제기되고 있는데 이것이 바로 본 논문에서 이야기 하고자 하는 스마트폰 중독이다.

---

1) 스트래티지 애널리스틱스(SA) : 미국의 시장조사기관

3) SNS(소셜네트워킹 서비스) : 인터넷상에서 친구,동료 등 지인과의 인간관계를 강화하거나 새로운 인맥을 형성함으로써 폭넓은 인적 네트워크를 형성할 수 있게 해주는 서비스로,커뮤니티(카페,클럽),미나홈피,블로그,마이크로블로그 등이 속함.

Ⅱ. 문헌 연구

1.스마트폰 사용의 부작용

얼마전 스마트폰 사용중 SNS의 중독성과 관련된 연구결과에서 4)월하임 호프만 교수팀은 페이스북과 트위터중 SNS와 문자 메시지 등에 대한 사용이 술이나 담배의 중독성 보다 더 강한 것으로 나타났다고 밝혔다.스마트폰 이용이 보편화 되면서 어린아이와 고연령층들도 사용하며 1개 제품이 아니라 2~3개 한번에 사용하는 사람들도 주변에서 종종 볼수 있다.

스마트폰 의존 증후군을 경험하는 사람들이 늘어나는 등 이용에 따른 부작용이 사회문제로 대두되고 있다.한국정보화 진흥원(2014)에 따르면, 스마프폰을 항상 손에 쥐고 있고 심지어는 자기전 까지도 스마트폰을 이용하는 사람들이 있는가 하면 이용자 중에는 이미 자신이 스마트폰을 이용하는 사람들이 있다는 것이다.이는 필요에 의해 스마트폰을 사용하기 보다는 습관적으로 반복이용하는 중독성향이 스마트폰을 확산시켰다는 입장이 있었다.

이러한 중독현상으로 스마트폰이 손안에 없을때에는 불안함을 느끼고, 무리한 스마트폰 사용으로 리력저하나 이명,녹내장과 같은 신체 이상 증세가 나타나는 스마트폰 중독 증상이 기존 미디어 중독에 비해 다양한 양상을 보이고 있음을 우려 하고 있다.

이제는 남녀노소를 불문하고 스마트폰이 빠르게 화산되고 있는것도 문제다.특희 청소년의 폭력성이나 유아동의 정신병리적 문제와 관련해 스마트폰의 과다 사용이 그 원인으로 지적되고 있음에도 불구하고, 스마트폰은 더좋은 기능 개발 및 판매되기 위한 기업들의 피해자가 되어가고 있지는 아니한가 라는 생각도 우리는 해볼수 있다.

스마트폰 중독이라는 주제로는 너무 큰 범위의 문제점이라 생각 하며 본연구에서는 사회적,교육적,언어적,건강 및 경제등 분야를 나누어 분석을 해보고 일반적 중독현상이 문제로 되어 있는 알콜,흡연,게임등과 비교하여 사전 방지하는 방법을 만들어 보고 스마트폰 중독에 빠졌다가 나오게된 사례등을 살펴보고 사전 방지 할수 있도록 준비 하고자한다.

2. 스마트폰 중독에 대한 연구

스마트폰 중독의 개념을 살펴보기 위해,중독의 개념에 대해서 선행연구를 살펴 보았다,1994년 세계보건기구(WHO)는 중독(addiction)을 "자연 혹은 인공적인 약물의 반복적인 사용으로 야기되는 일시적 혹은 만성적 중독(intoxicarion)상태"로 규정하였다(Corsini,1994) 이 정의는 물질 중독에 편향되어있다고 볼수 있는데, 그 이유는 약물 중독과 같은 물질로 인한 중독이 그 시대의 중독의 주류였기 때문이다. 이에 문제점을 제시간 Sandra는 중독을 물질과 관련된 문제와 행동과 관련된 문제를 모두 포함하는 정의(Sandra,2000)로 확장 시켰다.

4) 월하임 호프만 : 시카고대학 경영대학원 부스스쿨

<표1> 스마트폰 문헌연구

연구 구분	스마트폰 중독의 세부 개념
장혜진(2002)	● 의존: 이동전화를 사용하지 않으면 우울, 초조, 답답한 기분을 느끼며 심리적으로 의존함 ● 내성: 이동전화 사용에 있어서 더 많은 사용을 해야 만족을 느낌 ● 초초와 불안: 이동전화의 사용을 중단하면 초조 또는 불안을 느낌 ● 금단: 이동전화에 대한 강박적 사고, 환상을 가지며, 이동전화를 사용하지 않으면 초조함
한주리,허경호(2004)	● 병적 몰입 : 실제로 사람을 만나서 말하는 것보다 이동전화로 말하는것이 더 좋고 이동전화를 사용하고 있지 않을 때에도 이동전화 소리가 들리는 것 같음 ● 생활 장애 : 이동전화로 인해 돈을 더 많이 쓰게 되며,사용을 줄여야 한다는 계속함 ● 통제 상실 : 이동전화를 쓸수 없게 된다면 견디기 힘들고 계속 생각하게 됨 ● 강박 증상 : 이동전화를 소지하고 있지 않을 때 초조하고, 수시로 이동전화를 확인함
Han & Oh(2006)	● 강박성향 : 휴대전화를 다시 쓸 수 없게 된다면 견딜 수 없음 ● 생활장애 : 휴대전화 사용시간을 줄여야 한다는 생각을 끊임없이 함 ● 집착 : 휴대전화가 없다면 일생에 재미있는 일이 없다고 생각함
Lee(2008)	● 금단 : 휴대전화 사용을 중단하거나 줄였을 때 초조하고 불안함 ● 내성 : 휴대전화를 점점 더 많이 사용해야 만족함 ● 부적응 : 과도한 휴대전화 사용으로 일상생활에 적응하지 못하고 사람들과 갈등함 ● 강박 : 휴대전화 사용에 지나치게 의존하거나 집착함
구현영(2009)	● 금단 : 휴대전화 사용을 중단하는 경우 여러 가지 어려움을 겪음 ● 내성 : 점점 휴대전화 사용을 늘려야 만족함 ● 생활장애 : 휴대전화의 사용으로 공부를 제대로 하지 못하고,신체적 증상을 일으킴 ● 강박/집착 : 휴대전화를 항상 지니며,부배중 전화나 문자메시지가 왔는지 수시로 확인함

Ⅲ. 스마트폰 이용 현황

1. 조사 방법

본 조사는 경희사비어대학교 재학생, 삼성전자서비스 송파센터 내방고객 및 직원 등을 대상으로 구글 설문지를 이용하여 인터넷 및 모바일 설문 조사를 진행하였다. 2014년 08월 1일 ~ 11월 1일 약 3달간 진행하였고 300명이 응답하였다.

설문 조사내용은 KISA 한국인터넷진흥원(모바일인터넷이용실태조사.2013) 및 기존 스마트폰 중독(최윤정.2011) 연구들에서 사용한 설문 문항과 본조사에 추가로 필요한 문항을 만들어 사용하였다.

본 설문에 응답한 사람들의 인구통계학적 특징은 아래와 같다.

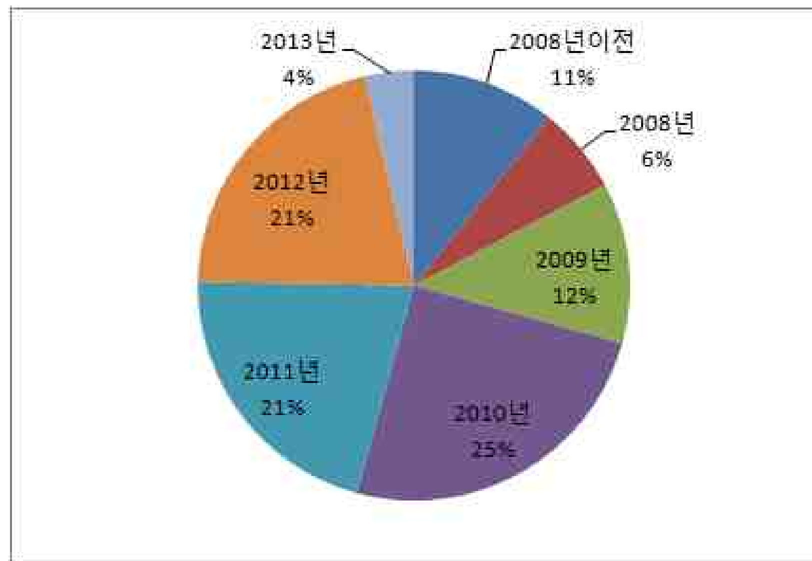
(성별 비율은 여성 55.4% 남성 44.6%, 연령대는 20대~30대 83.7% 30대~40대 16.2% 40대~50대 5.0% 확인 되었으며 구글 온라인 74명 종이설문지 226명 총 300명 조사되었다.)

2. 스마트폰 이용 형태

(1) 스마트폰 시작 년도(이용기간)

본 설문에 응답한 모바일인터넷 이용자의 25.0%가 ‘2010년’에 모바일 인터넷을 처음 시작했으며,아이폰 삼성 옴니아 국내 판매 시점 이후 본격적으로 스마트폰 이용한 것으로 나타난다.

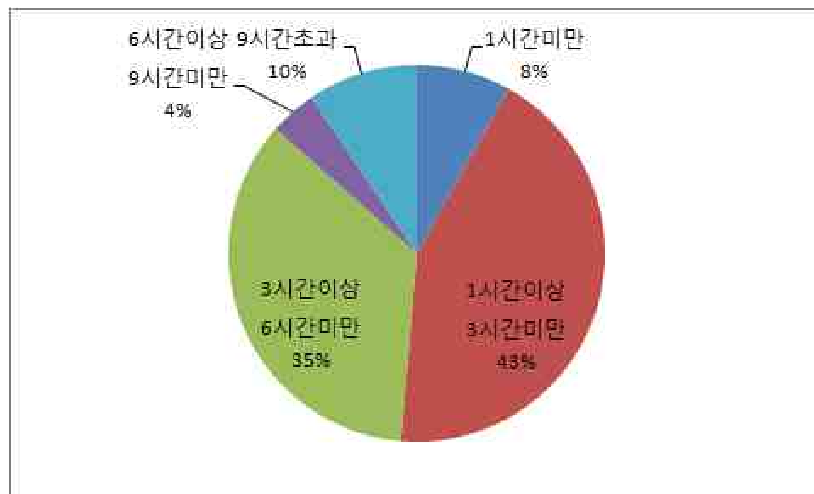
5)<그림1> 스마트폰 시작 년도(이용기간)



(2) 스마트폰 사용량 조사

아래 그림2)와 같이 스마트폰을 이용자들이 일평균 사용하는 시간은 1시간 이상 3시간 이상 이 43.24% 로 가장 많았으며 9시간 초과 되는 부분도 9.46%로 높은 수치가 확인 되었다. 9시간 초과라 하면 스마트폰을 하루 일과중 반 이상은 사용을 하고 있는 부분이며 일상적 사용자라고 보기는 어려울 정도의 사용자라 볼수 있다.

6)<그림2> 하루 평균 스마트폰 사용량



(3) 스마트폰 사용 장소

스마트폰 사용자의 대부분은 그림3) 에서와 같이 가정,대중교통,직장또는학교 로 대부분 차기 하고 있음을 볼수 있다 이는 그림4)모바일 인터넷 이용 장소(복수응답) 에서와 같이 이용자의 93.9%가 '가정'에서 이용을 하고 있으며 '교통수단(86.6%)'실외장소(길거리등)(77.7%),상업시설(커피숍 등)(72.1%) 순의 장소에서 이용하는 것으로 나타났다.

5) KISA 2013년 모바일 인터넷이용실태조사
6) 그린나래 6기 설문조사

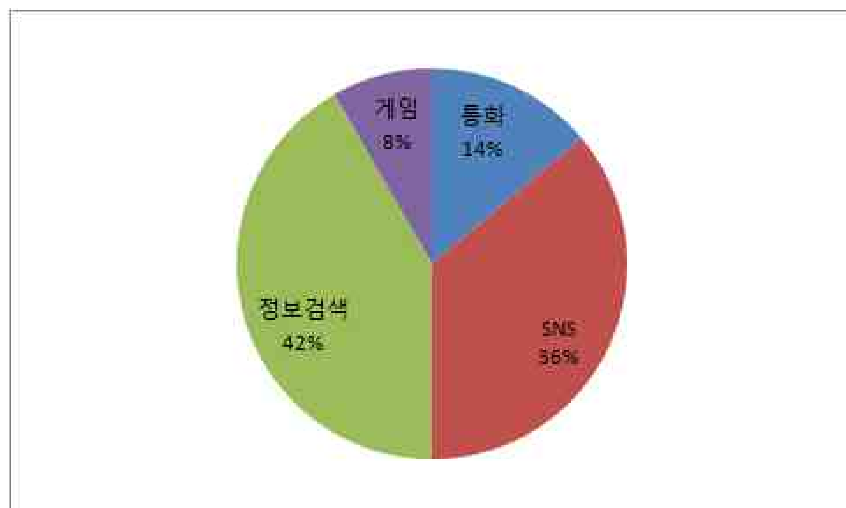
[7]<그림3> 스마트폰 가장 많이 사용하는 장소



3. 스마트폰 이용 목적

스마트폰 이용 목적중 대표적인 중독 현상 예상 되는 부분을 가지고 설문 조사를 하였으며 그결과로는 아래 그림5)와 같이 확인 되었다. 아래 표와 같이 인터넷 하면 정보검색은 아직 가장 많이 사용 하는 부분중 하나 이다 이제는 통화 목적의 폰은 아니며 SNS 와 같이 과거와는 다른 서비스를 스마트폰으로 많이 사용 하고 있음을 알수 있다.

[8]<그림5>스마트폰 이용 목적



7) 그린나래 6기 설문조사
8) 그린나래 6기 설문조사

9)<표2> 상세 스마트폰 이용목적(중복선택) (단위 %)

질문항목	전혀 사용하지않는다	사용하지않는다	가끔 사용한다	자주 자용한다	매우자주 사용한다
정보검색	0	2.7	13.5	54.1	29.7
전화통화	1.4	2.7	21.6	51.4	23.0
SNS	5.4	17.6	23	29.7	24.3
모바일 메신저	0	6.8	13.5	33.8	45.9
문자메세지	8.1	24.3	40.5	20.3	6.8
음악	9.5	13.5	21.6	36.5	18.9
게임	24.3	21.6	23	21.6	9.5
사진/동영상	1.4	9.5	31.1	37.8	20.3
DMB	47.3	20.3	23	8.1	1.4
뉴스	6.8	9.5	24.3	45.9	13.5
교육/학습	16.2	24.3	35.1	20.3	4.1
일정관리	16.2	13.5	32.4	20.3	17.6
주식	78.4	9.5	8.1	2.7	1.4
네비게이션	24.3	14.9	27	21.6	12.2
은행업무	16.2	9.5	17.6	36.5	20.3
웹툰	41.9	16.2	14.9	17.6	9.5
쇼핑	16.2	18.9	33.8	21.6	9.5

표2)에서 설문조사 결과를 보면 매우 자주사용 한다 에서 20% 이상으로 나오는 이용 하는 항목을 찾아 볼수 있다. 모바일 메신저(45.9%),정보검색(29.7%),SNS(24.3%),전화통화(23%)등의 순서대로 나타나고 있으며 아무래도 모바일 메신저 는 문자 및 전화 통화 이메일등 대신 많은 기능 등을 사용 하고 있다 대표적으로 카카오톡,라인등이 있으며 최근에는 커플끼리 사용 하는 신개념 메신저 비트윈도 나왔으며 이는 컴퓨터 PC 버전을 사용 하면 기존 네이트 온과 같이 사용 도 가능 하며 데이터 전송 까지 같이 되어 단순 지인간 연락만 하는 용도가 아니라 업무에서도 사용을 하고 그룹 체팅등을 이용 하여 단체나 모임등에서 공지나 일정 및 공유 해야 하는 부분등을 한번에 전송 할수 있는 강점까지 가지고 있다. 즉 모바일 메신저는 어느덧 우리 일상 생활에 많은 부분을 차지 하고 있으며 현재는 이통사의 문자 대신 대부분을 모바일 메신저로 이용을 하고 있는 사람들이 대부분 이다. 그리고 최근에 화두가 되고 있는 SNS 도 매우 자주사용 하는 이용자들이 24.3%나 되어 전화통화 목적의 폰의 역할보다 많은 부분을 차지 하고 있음을 볼수 있다. 대중교통을 이용하면 10사람중 8사람은 스마트폰에 빠져 있고,카페에 가면 서로 마주앉아 메신저인 카카오톡과 SNS를 하고 있는 사람들이 대부분이다.개인들의 지나친 사용이 가족,친구들과의 의사소통을 단절시키고 있다. 스마트폰의 등장은 이러한 인간관께의 단절과 소외현상을 더욱 가속화시킬 가능성이 농후하다.

실제로 스마트폰이 생활 속 중요한 매체로서 무성하게 되면서 스마트폰을 손에서 놓지 못하다보니 자연스레 대화가 줄고 각자의 세계에 빠져있는 경우들도 빈번하게 발견되고 있다. 최근에는 배우자가 스마트폰에 푹 빠져 산다는 의미에서‘스마트폰 과부, 홀애비’라는 신조어가 탄생할 정도로 심각성이 높다고 하겠다(조항민.2011).

표4) 에서 보게되면 스마트폰을 사용 하면서 스트레스를 푸는 스마트폰에 의존 하는 사람들의 긍적적인 부분이 그렇다(13.5%)+매우그렇다(2.7%)를 보게 된다면 16.2% 사용자는 스마트폰에 많이 의존하고 있음을 볼수 있다. 그리고 스마트폰이 없으면 견디기 어려울 정도의 강박/집착 이발생할수 있는 부분도

9) 그린나래 6기 설문조사

그렇다(24.3%)+매우그렇다(6.8%) 가 되면 30%가 넘은 수치를 나타내어 그 심각성을 볼수 있을것이다. 그 외에도 본인의 의지를 지배하고 스스로 해야 한다고 생각 하는 부분보다 더 사용 하게되는 부분은 그렇다(41.9%)+매우그렇다(20.3%) 의지와는 상관 없이 스마트폰을 사용 하는 사용자는 62.2% 라는 놀라운 분석이 나온다. 이는 스마트폰 사용자중 반 이상은 내성을 잃어가고 있다는 부분을 뜻하는 부분이다.

그렇게 된다면 결국 중독에 해당하는 금단 현상이 올수 있다. 스마트폰이 없으면 불편 함과 사용안되는 장소에 있으면 불안한 증상까지 오게 되니 자칫 생활 장애나 통제상실이 될수도 있다.

<표3>사용자 스마트폰 중독 실태 파악 상세(분포도 분홍색 30% 이상,노란색20%이상)

중독구분	질문항목	전혀 그렇지않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
의존	1. 스마트폰을 통해 일상사의 괴로움을 잊는다.	10.8	23	50	13.5	2.7
	2. 스마트폰을 사용할 수 없게 된다면 견디기 힘들 것이다.	10.8	25.7	32.4	24.3	6.8
	3. 스마트폰을 사용하고 있지 않을 때에도 스마트폰이 계속 생각난다.	12.2	44.6	21.6	16.2	5.4
집착	4. 실제로 사람을 만나서 대화하기 보다 스마트폰으로 연락하는 것이 더 좋다.	37.8	43.2	10.8	5.4	2.7
	5. 스마트폰이 없다면 내 인생에 재미있는 일이란 없다.	41.9	36.5	18.9	1.4	1.4
	6. 스마트폰을 사용하고 있을 때 마음이 가장 편하다.	25.7	37.8	25.7	9.5	1.4
생활장애	7. 주위 사람들이 스마트폰을 너무 오래 사용한다고 지적한다.	33.8	39.2	16.2	9.5	1.4
	8. 스마트폰을 사용하다가 그만두면 또 스마트폰을 사용하고 싶다.	23	32.4	24.3	18.9	1.4
	9. 다른 할 일이 많을 때에도 스마트폰을 사용하게 된다.	29.7	29.7	20.3	18.9	1.4
강박	10. 시작하면 처음에 의도했던 것보다 더 많은 시간을 사용하게 된다.	5.4	16.2	25.7	41.9	10.8
	11. 스마트폰이 없으면 매우 불편하다.	8.1	12.2	25.7	33.8	20.3
	12. 스마트폰 사용불가 지역에 있으면 왠지 불안하다	14.9	31.1	21.6	23	9.5

14일 업계 등에 따르면 현재 국내 스마트폰 이용자는 3000만 명을 돌파, 이 중 10대 이용자는 약 10%로 300만 명에 달하고 있다. 아직 자아 형성이 완성 되지 않은 10대 청소년 들이 스마트 폰에 무방비 방치 되고 있음에 차후 중독으로 갈수 있는 문제점이 더 커질수 있음을 즉시 해야한다. 저자 박종연은 ‘디지털 마약’ 스마트폰 중독 비상! ‘아이들 뇌가 죽어간다’ 라고 책에서 표현하기 도 하였다.

Ⅴ. 결 론

1. 스마트폰 이용 실태 및 중독 현황 요약

스마트폰 사용자들은 스마트폰을 이용 하면서 메신저(45.9%),정보검색(29.7%),SNS(24.3%) 사용을 하는 부분으로 조사되었다 이는 휴대폰으로 나와 스마트 폰으로 발전해 가면서 전화의 목적 통화 (23%) 이상으로 많은 콘텐츠를 사용 하고 있다는 것이다. 사용자들은 이제 필수품으로 스마트폰을 이야기 할것이고 으러한 스마트폰으로 인하여 의존 하는 사람들의 긍적적인 부분이 그렇다(13.5%)+매우그렇다(2.7%)를 보게 된다면 16.2% 사용자는 스마트폰에 많이 의존하고 있음을 볼수 있다. 그리고 스마트폰이 없으면 견디기 어려울 정도의 강박/집착 이발생할수 있는 부분도 그렇다(24.3%)+매우그렇다(6.8%) 가 되면 30%가 넘은 수치를 나타내어 그 심각성을 볼수 있을것이다.
그 외에도 본인의 의지를 지배하고 스스로 해야 한다고 생각 하는 부분보다 더 사용 하게되는 부분은 그렇다(41.9%)+매우그렇다(20.3%) 의지와는 상관 없이 스마트폰을 사용 하는 사용자는 62.2% 라는 놀라운 분석이 나온다.

2. 스마트폰 중독 문제점 과 해결방안

스마트폰 이용의 부작용 유형 및 대응 방안(2013.김태희,강문설)연구 자료의 결과를 보면 2013년 전국 18~64세의 성인 남녀 1천명을 조사한‘한국 모바일 소비자의 이해’보고서(구글코리아)에 따르면 한국 소비자의 스마트폰 보급률을 73%로 2011년 전의 27%에 비해 3배 가까이 늘어났다. 이렇게 일상생활의 편리함과 즐거움을 위해 스마트폰을 이용하고 있지만,스마트폰을 훔쳐 생활비를 마련하는 가출청소년,스마트폰 채팅을 악용한 범죄,청소년의 스마트폰 중독등 부작용이 꾸준하게 증가 하는 추세이다. 본 연구에서는 기존 KISA(한국인터넷진흥원.2013) 자료와 본 연구를 위해 그린나래6기 설문조사를 토대로 스마트폰 현재 문제가 중독 되는 부분을 정의하였다.
스마트폰 중독에 영향을 미치는 스마트폰의 기능적 특성을 살펴보면,다른기능적 특성보다는 인터페이스적 특성이 중독의 모든 하위 개념에 영향을 미치는 주요한 요인으로 나타났다.기존의 휴대전화와는 달리 스마트폰의 인터페이스는 터치스크린으로 작동되며 자판배열이나 아이콘 등을 비롯해 크기,색상,디자인 등이 기존의 휴대전화보다는 다양해지고 있으며, 운영체제별로 각각의 사용자 인터페이스가 존재한다. 스마트폰 이용자들은 자신에게 맞는 유용한 애플리케이션을 설치하면서 기존 휴대전화에 비해 인터페이스 확장을 경험하고 있다. ‘인터페이스의 확장’이란 스마트폰의 특징 중 하나인 OS 운영체계를 통해 사용자 개인에게 맞는 맞춤형 스마트폰을 만들어가고 있음을 뜻하는 것으로 이를 통해 자신의 새경을 표현할 뿐만 아니라 여러 가지 자신에게 필요한 애플리케이션을 통해 자아의 확장을 형성하고 있다(남경하.2009). 조사 결과로 스마트 폰은 조사 결과로 보아서는 무의식 중에서 습관 처럼 사용을 하고 있으며 신 제품 출시 하여 성능이 좋고 이쁜 단말기를 소유 하면 사용 하기 편하게 인터페이스 조절 하여 나만의 제품 세팅을 하고 불필요한 메신저와 SNS 를 의미 없이 사용을 하고 있다 이러한 부분을 해결 하기 위해서는 가장 중요한건 스스로 스마트폰에 깊이 빠져 있다는것을 스스로 인식 해야합니다. 그리고 다른 곳에 관심을 가질만한 취미나 꺼리를 시작 해봅시다. 일정관리를 짜서 정해진 시간에만 스마트폰을 사용 하는 습관과 똑 필요한 정보가 아니면 어플을 다운 받지 않고 특히 지인의 소식이 궁금하

면 전화 통화를 하던지 가까운 지인은 만나서 대화를 하는 생활을 할수 있도록 해야 할것으로 생각된다.

3. 연구 한계 및 제언

본 연구는 스마트폰 이용 실태 및 스마트폰 중독 현황을 살펴본 탐색적 연구의 성격을 지닌다. 본 연구의 한계는 다음과 같다. 첫째, 조사 대상자에 대한 한계점을 들 수 있다. 본 연구는 조사대상자를 편의 표본으로 경희사이버대학생 및 스마트폰 서비스 센터(삼성전자 서비스 송파센터) 고객으로 한정하여 설문하였으므로 실제 이용자들의 비율과는 다른 결과를 나타낼 수 있다. 둘째, 기본 통계 분석 외 성별, 연령 등에 따른 중독의 종류를 비교 분석하지 못하였다. 고급 통계를 통해 실태에 대한 추가 분석이 필요하다. 연구 결과를 보면 전화기에서 발전된 스마트폰 기술 발전으로 인하여 문명의 해택을 많이 받고 있는 현대인들에게는 일반적인 기계이상의 부분으로 자리를 잡고 있다. 어릴때 만화영화나 공상소설등을 보면 미래에는 기계가 사람을 지배한다 라는 부분을 접해보았을 것이다.인공지능이 나오고 PC가 스마트폰으로 휴대가 간편해지고 네트워크로 하나로 묶이다보면 사용자가 필요로 사용 하는 스마트폰이 아닌 스마트폰이 있기에 사람이 제품을 사용 하는 날이 오지 않을까 생각된다.
우리는 스마트폰의 발전,제품의 편리성,네트워크발전으로 전세계가 하나로 연결되는 장점등을 지금부터 방관 하면서 보면 안 될 것이다. 지금 당신도 스마트폰을 손에 쥐고 있거나 수시로 스마트폰에 눈이 가고 있지는 않은지 잘 봐야 할 것이다.

참고문헌

-논문-

김태희,강문설(2013), 스마트폰 이용의 부작용 유형 분석 및 대응방안 ,한국정보통신학회논문지(J.Korea Inst.Inf.Commun.Eng) Vol 17.No.12 :2984~2994 Dec.2013)

구현영 (2009), 고등학생의 휴대전화 중독과 예측 요인. 아동간호학회지, 16(3), 203-210.

남경하(2009), 스마트폰 사용에 의한 시,공간 경험의 변화에 대한 연구.영남 대학교 석사학위 논문.

장혜진 (2002), 휴대폰 중독적 사용집단 청소년들의 심리적 특성: 자기개념, 애착, 자기 통제력, 충동성을 중심으로. 성신여자대학교 석사학위

조항민.(2010), “디지털미디어 등장과 새로운 위험유형에 관한 연구”,성균관대학교 대학원 박사학위 논문.

한주리,허경호(2004), 휴대전화 중독 척도 개발 및 타당성 검증. 한국방송학회 학술대회논문집,226-247.

구현영 (2009), 고등학생의 휴대전화 중독과 예측 요인. 아동간호학회지, 16(3), 203-210.

Corsini, R. J. (1994), *Encyclopedia of Psychology*. Vol.1(2Ed). New York: John Wiley & Sons press.

-도서-

박종연.(2013), 스마트폰 이렇게 극복하라

-외국도서-

Han, S. S., & Oh, K. S. (2006). A study on cellular phone addiction symptom dependent on interpersonal relationship types and using inclination: Focus on the case of undergraduates. Korean Association forBroadcasting & Telecommunication Studies, 20, 371-405.

Lee, H. G. (2008). Exploration the predicting variables affecting the addictive mobile phone use. Korean Journal of Social and Personality Psychology, 22, 133-157.

-참고사이트-

http://www.kisa.or.kr

https://www.kyci.or.kr

http://www.computerlife.org/